

от 1,53 лет на 20.02.2024 год

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом	150	7,1	4,4	17,9	136	15
	Кофейный напиток	180	0,12	-	6,8	37,6	1
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
	Итого на завтрак	360	8,4	9,4	40,6	280	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2,1	0,1	10,15	70	
	Итого на второй завтрак	150	2,1	0,1	10,15	70	
Обед	Салат из капусты с растительным маслом	40	2,9	0,1	14	89,3	43
	Рассольник домашний	150	7,62	8,1	4,8	112,4	16
	Плов с мясом	150	2,4	9,25	29,4	195,3	54
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Кисель	180	0,7	-	7,05	31,2	13
Итого на обед	545	14,7	18,65	71,05	490		
Полдник	Булка дрожжевая	50	3,8	4	16,1	107,5	39
	Молоко	180	2,5	3,05	14,35	102,5	7
	Итого на полдник	230	6,3	7,05	30,45	210	
Итого за весь день:		1285	31,5	35,2	152,25	1050	

от 3 - 7 лет на 20.02.2024 год

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом	200	9,1	7	27,9	186	15
	Кофейный напиток	200	0,52	-	8,4	67,6	1
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
Итого на завтрак		430	10,8	12	52,2	360	
Второй завтрак	Сок фруктовый	200	2,7	0,8	13,05	90	
Итого на второй завтрак		200	2,7	0,8	13,05	90	
Обед	Салат из капусты с растительным маслом	60	3,9	1,5	20	120,3	43
	Рассольник домашний	200	8,92	11,5	9,8	180	16
	Плов с мясом	200	3,5	9,5	34,7	226,3	54
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Кисель	200	1,5	-	11,05	41,6	13
Итого на обед		685	18,9	23,7	91,35	630	
Полдник	Булка дрожжевая	50	3,8	6,35	16,1	105,8	39
	Молоко	200	4,3	2,65	23,05	164,2	7
Итого на полдник		250	8,1	9	39,15	270	
Итого за весь день:		1565	40,5	45,5	195,75	1350	